

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DENGAN POLA MAKAN PADA  
PASIEN DIABETES MELLITUS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS  
PURWOSARI KOTA SURAKARTA**



Skripsi ini Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Syarat  
Memperoleh Ijazah S1 Ilmu Gizi

Oleh:

**MEIDA AYU ARIANTI**

**J310130013**

**PROGRAM STUDI SI GIZI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
2018**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DENGAN POLA MAKAN  
PADA PASIEN DIABETES MELLITUS DI WILAYAH KERJA  
PUSKESMAS PURWOSARI KOTA SURAKARTA**



Diajukan sebagai pedoman pelaksanaan penelitian studi akhir  
pada Program Studi Ilmu Gizi

Oleh:

**Meida Ayu Arianti**

**J310130013**

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI  
FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
2018**

**ABSTRAK**

**MEIDA AYU ARIANTI J 310 130013**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GIZI DENGAN POLA MAKAN PADA PASIEN DIABETES MELLITUS DI WILAYAH KERJA PUSKESMAS PURWOSARI KOTA SURAKARTA**

**Pendahuluan** : Diabetes melitus yang tidak dikelola dengan baik dapat menyebabkan komplikasi pada penderitanya, itulah sebabnya dibutuhkan pengelolaan mandiri bagi penderita DM yaitu dari segi edukasi dan terapi gizi medis. Terapi gizi medis yaitu mengatur pola makan 3J (Jumlah, Jenis, dan Jadwal). Berdasarkan survey pendahuluan, pada tahun 2015 diketahui bahwa pasien DM tertinggi terdapat di wilayah kerja Puskesmas Purwosari yaitu dengan prevalensi sebesar 1,6 % dan meningkat pada tahun 2016 yaitu sebesar 2,4 %.

**Tujuan** : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan gizi dengan pola makan pada pasien diabetes mellitus di wilayah kerja puskesmas purwosari kota Surakarta.

**Metode Penelitian** : Penelitian ini merupakan penelitian yang bersifat *observational* dengan pendekatan *cross sectional*. Data yang dikumpulkan yaitu tingkat pengetahuan dan pola makan pasien DM. Tingkat pengetahuan diukur menggunakan kuesioner tentang pengetahuan gizi bagi penderita DM, sedangkan pola makan diukur menggunakan formulir *recall* selama 3 hari dengan tidak berturut-turut.

**Hasil** : Hasil Penelitian menunjukkan 45.5 % memiliki tingkat pengetahuan baik, 54,5% memiliki pengetahuan kurang baik. Responden yang mengikuti anjuran 3J berdasarkan jumlah makan yaitu 24,2% responden, jenis makanan 39,4% responden, jadwal makan 48,5% responden, dan sesuai anjuran keseluruhan 3J yaitu 48,5 %. Uji hubungan tingkat pengetahuan dengan pola makan menunjukkan tidak ada hubungan yaitu dengan nilai  $p : 0,337$

**Kesimpulan** : Tidak ada hubungan antara tingkat pengetahuan gizi dengan pola makan pada pasien diabetes mellitus di wilayah kerja puskesmas Purwosari kota Surakarta.

**Kata Kunci** : Tingkat pengetahuan gizi, pola makan, 3J, Diabetes Mellitus

**DEPARTEMENT OF NUTRITION SCIENCE  
FACULTY OF HEALTH SCIENCE  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA  
BACHELOR THESIS**

**ABSTRACT**

**MEIDA AYU ARIANTI J 310 130013**

**RELATIONSHIP OF NUTRITION KNOWLEDGE AND EAT PATTERNS IN  
PATIENTS OF DIABETES MELLITUS IN THE AREA OF PUSKESMAS  
PURWOSARI, CITY OF SURAKARTA**

**Background:** Diabetes mellitus that cannot be done well on the sufferer, the awareness needed by independent management for DM patients is in terms of education and medical nutrition therapy. Medical nutrition therapy is by using the 3J pattern (Amount, Type, and Schedule). Based on the preliminary survey, 2015 Patients who received diabetes in the work area of Purwosari Community Health Center were prevalence of 1.6% and increased in 2016 which was 2.4%.

**Objective:** This study aims to determine the relationship between nutritional knowledge and diet in diabetes mellitus patients in the purwosari health center in Surakarta.

**Research Method:** This research is an observational research with cross sectional approach. The data collected is the level of knowledge and diet patterns of DM patients. The level of knowledge was measured using a questionnaire about nutritional knowledge for people with diabetes mellitus, while diet was measured using a recall form for 3 days not sequent.

**Results:** The results showed that 45,5% had a good level of knowledge, 54,5% had poor knowledge. Respondents who followed the 3J recommendation based on the number of meals were 24,2% of respondents, type of food 39,4% of respondents, meal schedule 48.5% of respondents, and according to the overall recommendation of 3J, which was 48.5%. Test the relationship of the level of knowledge with diet shows that there is no relationship with p value 0,337

**Conclusion:** There is no relationship between the level of nutritional knowledge and diet in diabetes mellitus patients in the working area of Purwosari health center, Surakarta city.

**Keywords:** Knowledge level of nutrition, diet, 3J, Diabetes Mellitus

## HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Proposal : **Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Pola Makan pada Pasien Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Purwosari Kota Surakarta**

Nama Mahasiswa : Meida Ayu Arianti


Nomer Induk Mahasiswa : J 310 130 013

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi  
Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan  
pada tanggal 08 Oktober 2018  
dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Surakarta, 08 November 2018

Menyetujui

Pembimbing

  
Luluk Ria Rakhma S.Gz, M.Gizi  
NIK/NIDN. 1553/06-1507-8801

Mengetahui  
Ketua Program Studi Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Surakarta


  
Endang Nur Widiyaningsih, S.ST., M.Si Med.  
NIK/NIDN. 717/06-2908-7401

## HALAMAN PENGESAHAN

Judul Penelitian : Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Pola Makan  
pada Pasien Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja  
Puskesmas Purwosari Kota Surakarta  
Nama Mahasiswa : Meida Ayu Arianti  
Nomor Induk Mahasiswa : J 310 130 037

Telah diuji dan dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi  
Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan  
pada tanggal 08 Oktober 2018  
dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Surakarta, 08 November 2018

Ketua/Penguji I : Luluk Ria Rakhma S.Gz, M.Gizi (  )  
Anggota Penguji II : Susi Dyah Puspawati, SP., M.Si (  )  
Anggota Penguji III : dr. Listiana, D.S, M.Si (  )

Mengetahui,  
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Surakarta

   
Dr. Muta'azimah, SKM., M.Kes  
NIK./NIDN: 786/06 1711 7301

### **PERNYATAAN KEASLIAN**

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan orang lain, kecuali secara tertulis diacu dalam naskah dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Apabila kelak terbukti ada ketidakbenaran dalam pernyataan saya diatas, maka saya pertanggungjawabkan sepenuhnya.

Surakarta, Oktober 2018

Penulis



Meida Ayu Arianti

## **MOTTO**

**“Allah tidak membebani seseorang melainkan sesuai kesanggupannya”  
(QS. Al-Baqarah)**

**“Kau takkan pernah mampu menyebrangi lautan sampai kau berani  
berpisah dengan daratan”  
(Christopher Colombus)**

**“Kesalahan terburuk adalah ketertarikan kita dengan orang lain”  
(Ali Bin Abi Thalib)**

**“Jangan Pernah menunggu. Waktunya tidak akan pernah tepat.”  
(Napoleon Hill)**

**“Bermimpilah seakan kau akan hidup selamanya. Hiduplah seakan kau  
akan mati hari ini”  
(James Dean)**

**“Yakinlah kau bisa dan kau sudah separuh jalan menuju kesana”  
(Theodore Roosevelt)**



## **PERSEMBAHAN**

Syukur alhamdulillah kepada Allah SWT. Atas segala karunia dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Karya sederhana ini penulis persembahkan kepada :

1. Kedua orang tuaku Sumantri dan Jumiaty tercinta yang senantiasa memberikan semangat, dukungan kepadaku serta atas do'a yang selalu mengiringi langkahku. Kasih sayang dan pengorbanan mereka tidak dapat tergantikan oleh siapapun.
2. Adikku tersayang Fajar Aji Prasetya serta sahabat-sahabatku Aan, Seli, Ria, Rani, Vida, Danik, Himaa, Innani, dan Athika terimakasih atas semangat dan dukungannya.
3. Ibu Luluk Ria Rakhma S.Gz.,Mgizi selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan bimbingan, nasehat, waktu, dan berbagai arahan kepada penulis selama penyusunan Skripsi ini.
4. Teman seperjuanganku Vida, Arini, Danik, Annisa Nadia, Intan, Winsdy, Desi, Erlinda, Mia, Leylis dan Prajnya terimakasih atas kerjasama dan kebersamaan, sehingga skripsi dapat terselesaikan.
5. Teman-teman S1 Ilmu Gizi Angkatan 2013 terima kasih untuk dukungan dan semangat yang telah diberikan.
6. Terimakasih almamaterku Universitas Muhammadiyah Surakarta.

## RIWAYAT HIDUP

Nama	: Meida Ayu Arianti
Tempat/Tanggal Lahir	: Banjarbaru, 16 Mei 1995
Jenis Kelamin	: Perempuan
Agama	: Islam
Alamat	: Jl. Puyau Perum Widya Citra Elok I No. 7A Banjarbaru, Kalimantan Selatan
Riwayat Pendidikan	: 1. Lulus TK PLN Banjarbaru 2. Lulus SD Negeri Utara 1 Banjarbaru 3. Lulus SMP Negeri 2 Banjarbaru 4. Lulus SMA Negeri 1 Banjarbaru

## KATA PENGANTAR

Segala puji bagi Allah ﷻ atas segala limpahan karunia, taufik, dan hidayah bagi orang-orang yang dikehendaki-Nya. Shalawat dan salam semoga senantiasa dilimpahkan kepada Rasulullah Muhammad ﷺ sang manusia teladan penyempurna akhlak manusia. *Alhamdulillah*, penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Pola Makan pada Pasien Diabetes Mellitus di Wilayah Kerja Puskesmas Purwosari Kota Surakarta” . Penyusunan skripsi ini merupakan syarat bagi penulis untuk dapat memperoleh gelar Sarjana Gizi pada Program Studi Gizi S1, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Surakarta. terselesainya penulisan Skripsi ini tidak terlepas dari bantuan dan dukungan banyak pihak. Oleh karena itu, penulis menyampaikan terimakasih kepada:

1. Bapak Dr. H. Sofyan Anif M.Si, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Surakarta
2. Ibu Dr. Mutalazimah SKM., M.Kes, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. Ibu Endang Nur Widiyaningsih, S. ST., M.Si Med, selaku Ketua Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
4. Ibu Luluk Ria Rakhma S. Gz, M. Gizi selaku pembimbing yang telah senantiasa sabar dan tulus memberikan arahan, motivasi dan bimbingannya dalam penyusunan proposal skripsi ini.
5. Segenap Dosen Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta atas ilmu yang telah Bapak/Ibu berikan, semoga bermanfaat di dunia dan akhirat.

6. Ibu Wid selaku pembimbing di Puskesmas Purwosari Kota Surakarta yang telah memberikan izin dan bantuannya dalam pengumpulan data penelitian ini.
7. Semua pasien di Wilayah Kerja Puskesmas Purwosari Kota Surakarta yang telah bersedia untuk menjadi responden dalam penelitian ini.
8. Kedua orang tua yang selalu memberikan yang terbaik melalui motivasi dan dukungan baik material maupun spiritual kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
9. Sahabat dan teman-teman Gizi Tahun 2013 atas berbagi ilmu, motivasi, dukungan, bantuan dan doanya.
10. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari sempurna, maka dari itu penulis mengharapkan adanya kritik dan saran yang bersifat membangun.

Akhirnya penulis berharap skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis khususnya dan umumnya bagi pembaca.

Surakarta, Oktober 2018

Meida Ayu Arianti

## DAFTAR ISI

	Halaman
<b>HALAMAN SAMPUL DEPAN .....</b>	<b>i</b>
<b>HALAMAN JUDUL .....</b>	<b>ii</b>
<b>ABSTRAK .....</b>	<b>iii</b>
<b>ABSTRACT .....</b>	<b>iv</b>
<b>HALAMAN PERSETUJUAN .....</b>	<b>v</b>
<b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>	<b>vi</b>
<b>PERNYATAAN KEASLIAN .....</b>	<b>vii</b>
<b>MOTTO .....</b>	<b>viii</b>
<b>PERSEMBAHAN .....</b>	<b>ix</b>
<b>RIWAYAT HIDUP .....</b>	<b>x</b>
<b>KATA PENGANTAR .....</b>	<b>xi</b>
<b>DAFTAR ISI .....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xv</b>
<b>DAFTAR GAMBAR .....</b>	<b>xvi</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>xvii</b>
 <b>BAB I PENDAHULUAN</b>	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	4
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian .....	5
 <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA</b>	
A. Pengetahuan	
1. Pengertian Pengetahuan .....	6
2. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Pengetahuan .....	7
B. Pola Makan	
1. Pengertian Pola Makan .....	8
2. Faktor-faktor yang mempengaruhi Pola Makan .....	9
3. Pola Makan yang dianjurkan bagi Penderita DM .....	11
C. Diabetes Mellitus	
1. Pengertian Diabetes Mellitus .....	15
2. Klasifikasi Diabetes Mellitus .....	15
3. Patofisiologi Diabetes Mellitus .....	16
4. Penyebab Diabetes Mellitus.....	18
5. Gejala Diabetes Mellitus .....	20
6. Diagnosis Diabetes Mellitus .....	21
7. Faktor yang Mempengaruhi Kadar Glukosa Darah .....	21
8. Komplikasi Diabetes Mellitus.....	23
9. Pentalaksanaan Diabetes Mellitus .....	24

D. Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Pola Makan.....	27
E. Internalisasi Nilai-nilai Islam .....	28
F. Kerangka Teori.....	30
G. Kerangka Konsep.....	30
H. Hipotesis .....	30
<b>BAB III METODE PENELITIAN</b>	
A. Jenis Penelitian .....	31
B. Lokasi dan Waktu Penelitian .....	31
C. Populasi dan Sampel .....	32
D. Variabel Penelitian.....	34
E. Pengumpulan Data .....	35
F. Langkah-langkah Penelitian .....	37
G. Pengolahan dan Analisis Data.....	41
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Gambaran Umum .....	47
B. Karakteristik Subjek Penelitian .....	47
a. Usia .....	47
b. Jenis Kelamin .....	48
c. Pekerjaan Subjek .....	49
d. Tingkat Pendidikan .....	50
e. Tingkat Pengetahuan Gizi.....	50
f. Gambaran Pola Makan .....	56
C. Hubungan Pengetahuan Gizi dengan Pola Makan .....	61
D. Keterbatasan Penelitian .....	65
<b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN</b>	
A. Kesimpulan .....	66
B. Saran .....	66
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>67</b>

## DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
1. Jadwal Makan.....	15
2. Waktu Penelitian .....	32
3. Definisi Operasional .....	35
4. Kisi-Kisi Kuesioner Pengetahuan Tentang Penyakit DM.....	38
5. Kategori Skor Penilaian Jumlah Makanan.....	42
6. Kategori Skor Penilaian Jenis Makanan.....	42
7. Kategori Skor Penilaian Jadwal Makanan.....	42
8. Distribusi Frekuensi Responden Menurut Usia .....	48
9. Distribusi Frekuensi Responden Menurut Jenis Kelamin.....	48
10. Distribusi Frekuensi Pekerjaan Responden.....	49
11. Distribusi Frekuensi Tingkat Pendidikan .....	50
12. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan Gizi.....	50
13. Distribusi Jawaban Kuesioner Pengetahuan Gizi berdasarkan Indikator Pengertian Diabetes Mellitus.....	51
14. Distribusi Jawaban Kuesioner Pengetahuan Gizi berdasarkan Indikator Pola Makan 3J.....	52
15. Distribusi Jawaban Kuesioner Pengetahuan Gizi berdasarkan Indikator Asupan Karbohidrat Sederhana bagi Penderita DM.....	53
16. Distribusi Jawaban Kuesioner Pengetahuan Gizi berdasarkan Indikator Asupan Lemak bagi Penderita DM.....	54
17. Distribusi Jawaban Kuesioner Pengetahuan Gizi berdasarkan Indikator Asupan Serat bagi Penderita DM.....	55
18. Distribusi Jumlah Makanan yang Dianjurkan.....	56
19. Distribusi Penilaian Pola Makan berdasarkan Jumlah Makan.....	57
20. Distribusi Jenis Makanan yang Dianjurkan.....	57
21. Distribusi Penilaian Pola Makan berdasarkan Jenis Makan.....	58
22. Distribusi Jadwal Makan yang Dianjurkan.....	59
23. Distribusi Penilaian Pola Makan berdasarkan Jadwal Makan.....	60
24. Distribusi Pola Makan yang Dianjurkan.....	60
25. Deskripsi Tingkat Pengetahuan Gizi berdasarkan Pola Makan...	61
26. Deskriptif Statistik Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Gizi dengan Pola Makan.....	62

## DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
1. Kerangka Teori (Notoatmodjo (2007), Sulistiyoningsih (2010)).....	30
2. Kerangka Konsep .....	30



## DAFTAR LAMPIRAN

1. Pernyataan Kesediaan menjadi Responden
2. Kuesioner Identitas Subjek
3. Kuesioner Pengetahuan
4. Formulir *Recall* 24 jam
5. Standar Pengaturan Jumlah Makanan Pasien Diet Diabetes Mellitus
6. Standar Pengaturan Jenis Makanan untuk Pasien DM
7. Standar Pengaturan Jadwal Makanan Diet Diabetes Mellitus
8. Formulir Perhitungan Kalori Untuk Penderita Diabetes Mellitus
9. Sumber Kuesioner
10. Hasil Uji Statistik
11. Master Data
12. Surat Permohonan Ijin Survey Pendahuluan kepada Kepala Kesbangpol Surakarta
13. Surat Permohonan Ijin Survey Pendahuluan kepada Kepala BAPPEDA Surakarta
14. Surat Permohonan Ijin Survey Pendahuluan kepada Kepala Dinas Kesehatan Surakarta
15. Kasus Penyakit Tidak Menular Di Puskesmas Dan Rumah Sakit Kota Surakarta Tahun 2015
16. Kasus Penyakit Tidak Menular Di Puskesmas Dan Rumah Sakit Kota Surakarta Tahun 2015
17. Ethical Clearance Letter / Surat Kelaiakan Etik
18. Surat Ijin Survey Pendahuluan dari Dinas Kesehatan Surakarta
19. Surat Perintah Tugas dari UPT Puskesmas Purwosari
20. Dokumentasi Penelitian